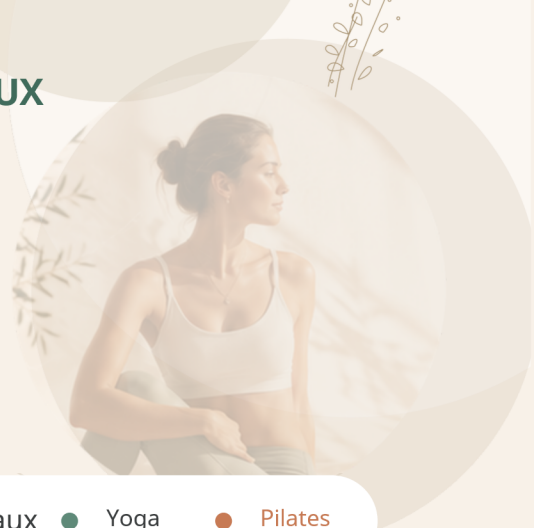


YOGA & PILATES - SAINT-PAUL-TROIS-CHÂTEAUX



Cours adultes, ados & enfants - horaires, professeurs et niveaux ● Yoga ● Pilates

Lundi

Heures • Cours • Prof • Public / niveau

●	10h30 - 11h30	Pilates Fondamentaux		Annick	Ultra débutant
●	12h30 - 13h30	Pilates Intermédiaire		Annick	Niv. 1/2
●	18h00 - 18h55	Pilates Intermédiaire		Annick	Niv. 1/2
●	18h30 - 19h30	Yoga Viniyoga		Manon	Tout niveau
●	19h00 - 19h55	Pilates Fondamentaux		Annick	Débutants

Mardi

Heures • Cours • Prof • Public / niveau

●	18h00 - 19h00	Pilates Fondamentaux		Lycia	Débutants
●	19h00 - 20h00	Pilates Intermédiaire		Lycia	Niv. 1/2

Mercredi

Heures • Cours • Prof • Public / niveau

●	12h20 - 13h20	Power Yoga		Katerina	Niv. 1/2
●	17h15 - 18h15	Yoga acrobatique		Katerina	Ados 10/13 ans
●	18h20 - 19h15	Yoga Hatha		Katerina	Tout niveau
●	18h20 - 19h15	Pilates Intermédiaire		Lycia	Niv. 1/2
●	19h20 - 20h15	Pilates Fondamentaux		Lycia	Débutants

Jeudi

Heures • Cours • Prof • Public / niveau

●	17h15 - 18h15	Yoga acrobatique		Katerina	Enfants 6/9 ans
●	18h00 - 18h55	Pilates Fondamentaux		Murielle	Débutants
●	18h15 - 19h10	Yin Yoga		Katerina	Tout niveau
●	19h15 - 20h10	Pilates Fascia		Murielle	Débutants



Poses et Postures
Centre d'activités Axé Libre
1154 Chemin de la Décelle
Parc d'activités Drôme Sud Provence
26130 Saint Paul Trois Châteaux

☎ 04.75.53.99.25 📞 06.32.13.71.96
🌐 www.PosesetPostures.fr
✉ accueil@posesetpostures.fr